A Revista Oficial da Terapia Holística

Revista TH

Março - Abril / 2021
69

Círculos Femininos

Dia Das Mulheres

He For She

Todo Dia É Da Mulher

A Guerreira Está “ON”

Indicador Profissional

Capa - Arte:"Kayapó Genesis"
Henrique Vieira Filho

ÍNDICE

04 Círculos Femininos

07 Dia Das Mulheres

09 He For She

12 Todo Dia É Da Mulher

15 A Guerreira Está "ON"

18 Indicador Profissional

Editorial

Com grande prazer, apresentamos esta que é a **69a Edição Online da Revista TH**, a Revista Oficial da Terapia Holística.

Esta é uma Edição Especial, em homenagem às **Mulheres**!

Em "**Círculos Femininos"** resgatamos uma das mais importantes tradições da humaninda.

Por sua vez, o Artigo **"Dia Internacional Das Mulheres"**, a **Diretoria do CRT**, constituída integralmente pelo feminino, presta a justa homenagem.

Já em **"Todo Dia É Da Mulher"**, a autora apresenta sugestões de como se cuidar e reverenciar o seu feminino.

O acúmulo de funções e as enormes espectativas da sociedade sobre a mulher é abordado **"A Guerreira Está ON, Mas, Está Cansada"**

E será que pode homem se manifestar nesta data? Sim, é esta é a proposta do Movimento da ONU "**He For She**".

Nossos votos de excelentes leituras a todos!

Henrique Vieira Filho
Jornalista Responsável
MTB 0080467/SP

Edição, Diagramação, Ilustrações e Jornalista Responsável
Henrique Vieira Filho

Organização
SINTE
Sociedade Internacional de Terapia

Homepage
www.revistath.com.br

Contato
www.crt.org.br
contato@crt.org.br

Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística

Alameda Santos, 211 cj 1403
São Paulo - SP CEP 01419-000
(11) 3171-1913

Releitura de “A Dança”,
de Henry Matisse
Arte: Henrique Vieira Filho

CÍRCULOS FEMININOS

As vivências de Sagrado, normalmente realizadas em círculos de mulheres, encontros onde são abordados diversos temas. Cada condutora ou mestra, segue um método para transmitir seu conhecimento e auxiliar nessa reconexão.

Nas vivências, cada membro realizará diversas atividades, sendo as mais comuns: meditação, danças, estudam as deusas e arquétipos, discutem sobre cuidados naturais para a saúde da mulher, conhecem as ervas para banhos e chás.

“O círculo é uma estrutura que dilui a liderança em torno da sua circunferência, oferecendo meios inclusivos de delegar tarefas, consultar, orientar, auxiliar, agir, criar, aprender, servir, reverenciar, planejar e alcançar objetivos, comemorar e orar, reconhecendo a importância de cada participante e honrando sua contribuição.

E, acima de tudo e sempre, ele permite criar um centro sagrado nas nossas vidas, proporcionando e fortalecendo a conexão individual e grupal com a Fonte Divina, e celebrando em conjunto a diversidade, a beleza e a sabedoria de toda a existência.”

Faur, Mirella. Círculos Sagrados Para Mulheres Contemporâneas

Dentro dos círculos é feita a conexão com o Ancestral Sagrado e explorando formas de expressão em conjunto. Levando em consideração as colocações individuais.

Podemos ser inspiradas por várias tradições, sejam elas: xamânicas, celtas, indígenas, africanas, budistas e wicca, utilizando os mitos, lendas, meditações, canções e reinterpretação de cerimônias; lembrando sempre de reverenciar a GRANDE MÃE.

“Somos irmãs de jornada, cantando todas como uma só.

Lembrando os antigos caminhos, as mulheres e sua sabedoria,

Somos irmãs de jornada, cantando à luz do Sol. Cantando na noite escura, a cura começou, a cura começou.”

Canção tradicional dos círculos de mulheres norte-americanas.

Os rituais e as cerimônias constituem a essência da espiritualidade feminina e todos os círculos sagrados os realizam, claro que cada qual a sua forma e necessidade.

Podem ser moldados de forma espontânea ou planejada para tal ação. Ao longo da nossa história humana ele sofreu mudanças, face à localização geográfica (que engloba a sociedade e o meio que está inserido)

Toda vez que penso em Círculo meu pensamento vai direto na palavra Axé, que em Iorubá significa: poder, energia ou força presentes em cada ser ou em cada coisa; com isso penso num fluir harmonioso e cheio de energia de todos presentes.

Precisamos lembrar também que todos que vão para o círculo estão em busca da sua espiritualidade, que nada mais é que a nossa busca humana em fazer sentido/ conexão com algo maior que o SER.

Claro que temos uma grande diferença entre religiosidade e espiritualidade, a grosso modo podemos concluir que espiritualidade é olhar para dentro e fora, já a religiosidade um olhar para o externo.

Com isso em mente um círculo harmonioso respeita o SER e sua conexão com a espiritualidade e sua religiosidade (ou até a ausência dela).

Sentar em roda, compartilhar informações e sentimentos é uma das facetas mais interessantes da humanidade.

Seja de mãos dadas para uma prece ou em reunião para decidir tarefas do dia a dia, sempre estamos em contato com grupos.

Para algumas pessoas estar em grupo é uma forma de se conectar, de compartilhar, de ter confidentes; já para outros é uma tarefa árdua, pois tem dificuldade de se integrar.

Para mim, é um resgate, sempre estive em grandes círculos, seja de dança, meditação, com amigos ou familiares, me sinto bem em conhecer um pouco de cada pessoa e animada em absorver um pouco de cada um e transmitir um pouco de mim também.

Não importa a cultura, sempre estaremos nesse grande círculo de resgate, de companheirismo e conexão.

A ancestralidade já nos remete à sabedoria, ao conhecimento e cultos de entendimento dos processos naturais, razão pela qual está bem ligado ao resgate e estar presente com seu sentimento.

Estarmos em círculo para resgatar informações, nos conectar com os outros, transformar emoções, pertencer a um coletivo que vibra na sua energia e te ajuda a se compreender através deles é uma dádiva.

Honrando e respeitando nosso corpo, emoções e estados mentais, as mulheres em círculo aprendem a acolher e dar um novo sentido ao que afloram nesses encontros, facilitando nosso contato com nossa sabedoria interior e indo de encontro com uma vida mais harmoniosa.

Empoderando a sua jornada e facilitando o das demais mulheres, um caminho para o nosso íntimo e de reencontro com a Energia Universal.

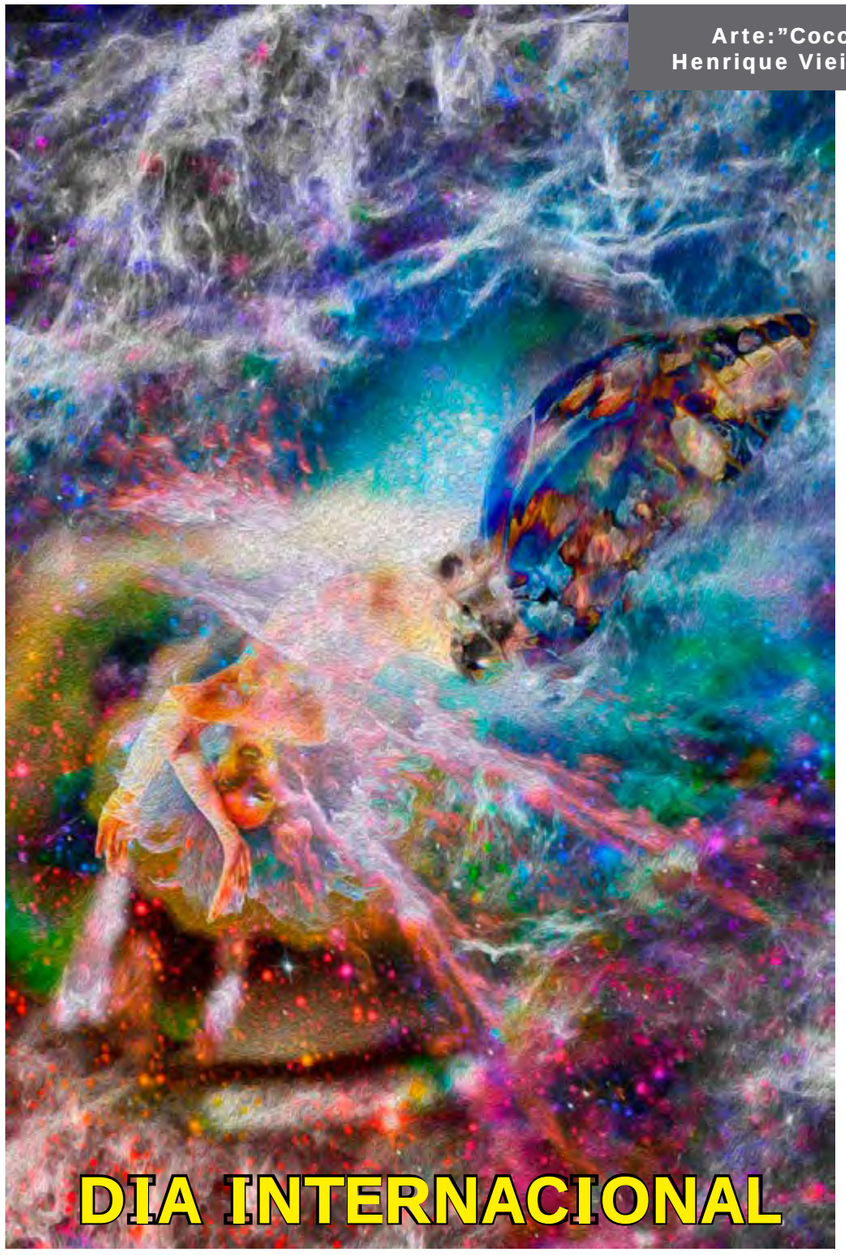
SER e pertencer são as palavras chaves para esta união de mulheres com propósito em sua busca de autocuidado e conexão com sua espiritualidade.

Seja todas bem vindas a esta grande jornada!

FABIANA DE MATOS VIEIRA
Terapeuta Holística - CRT 48739

www.fabianamvieira.com.br
Trabalha com as seguintes Técnicas:

REIKI E PSICOTERAPIA HOLÍSTICA



Arte:"Cocoon"
Henrique Vieira Filho

Somos tantas, somos força, somos calma, somos um inabalável pulsar de vida

Tantos são os nossos dias, mas o de hoje é para comemorarmos.

Sim, comemorar nossas lutas, nossos direitos, nosso trabalho, nossos filhos e todo nosso ancestral sagrado.

Lembrando do motivo desta data, então todo nosso amor às que deram a vida lutando por uma condição digna de trabalho!

As mulheres Terapeutas Holísticsa estão dando voz a si mesma,s acolhendo umas às outras e seus consulentes.

Reconectando com o HOLISMO, com essa vontade de se conhecer, de cuidar e entrar em harmonia com a natureza como um todo.

Nós, mulheres Holísticas, que utilizamos os mais diversos métodos para o restabelecimento da harmonia corpo/mente; escolhendo ervas, utilizamos cristais, conhecemos diversos tipos de energias, buscamos o entendimento da psique humana, nos familiarizamos com os astros; entre tantos outros conhecimentos que hoje denominamos técnicas.

Alguns dizem que juntas ninguém nos segura; é a mais pura verdade!

Junta,s cuidamos, criamos, conhecemos, acolhemos e somos uma força sem igual.

Por isso nos sentimos privilegiadas, por hoje termos a proteção necessária para atuarmos com muito respeito e honestidade e agradecemos a luta do CRT!

Vamos juntas, pois precisamos de TODAS para o caminhar...

com amor, diretoria

MARCELA ROMERO
CRT 49127
Terapeuta Holística

FERNANDA MATOS
CRT 49352
Terapeuta Holística

#Eles Por Elas
He For She

Movimento de Solidariedade da Onu Mulheres pela Igualdade de Gênero

O movimento He For She é um convite para que pessoas de todos os gêneros se demonstrem solidários às mulheres com o objetivo de formar uma frente ambiciosa, visível e unida em direção à igualdade de gênero.

Uma das principais idealizadoras desta campanha é Emma Watson, embaixadora da Boa Vontade da ONU Mulheres.

Em concordância, inúmeras personalidades masculinas brasileiras publicaram seus depoimentos em prol do **Movimento Ele PorElas - HeForShe**, tais como Mateus Solano, Bruno Gagliasso, Anselmo Vasconcelos e, a Terapia Holística, contou com um representante nesta causa, no caso, eu!

Na verdade, com muita honra, em reconhecimento por estar em uma Profissão na qual a grande maioria, tanto os Terapeutas, quanto os Clientes, são do sexo feminino.

Nascido em uma época na qual a educação era francamente machista, pertenci a uma geração que teve e ainda tem muito a evoluir em prol da igualdade.

Aprendi a ser uma pessoa melhor, amadurecendo com a vida, pois tanto no pessoal, quanto nos estudos e no profissional, tenho o privilégio de ser minoria, às vezes único, em ambientes majoritariamente femininos.

Como Terapeuta, quase a totalidade da clientela sempre foi de mulheres que compartilham comigo seu universo, em toda sua beleza e em todo o seu terror.

Anos de incontáveis sessões onde tanto o corriqueiro, quanto os mais obscuros traumas se desvendam e onde aprendi a respeitar, compreender e apoiar o feminino.

Atualmente focado em minha Artes, a temática preferida enaltece o feminino, onde retrato poderosas entidades mitológicas das mais variadas culturas.

Sou prova viva de que, mesmo criado machista, o indivíduo pode e deve superar este condicionamento, aprender com as mulheres e conviver em igualdade com todos os gêneros.

He For She, Eles Por Elas, eu com todos nós!

Henrique Vieira Filho
Terapeuta Holístico - CRT 21001,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@henriquevieirafilho.com.br

Facetas
Arte Digital:
Henrique Vieira Filho

TODO DIA É DA MULHER

Todo dia é o dia da:

Mulher
mãe, amiga, tia, avó, solteira, menina,casada.

A data 8 de março é o dia de celebrar o fato de ser Mulher.

Mulher Deusa, Mulher Shakti.

E de preferencialmente se reconhecer como força poderosa e dadivosa.

Isso mesmo Dadivosa.

A Mãe;

A sacerdotisa;

A donzela;

A anciã.

Aquela que é capaz de construir, de co-criar, de criar e de gestar.

Aquela que é capaz de dar sustentação de energia na vida de alguém, no lar, na roda de amigos.

Reconhecer-se como mulher neste dia é o ponto de equilíbrio que certamente o universo necessita.

Estamos caminhando para a Era de aquário. Energia feminina, poderosa e construtora.

Vivemos em uma sociedade que valoriza o fazer, e portanto, sentimos às vezes os outros nos empurrando para fazer, fazer e, completar tarefas.

As tarefas ou práticas de autocuidado no cotidiano pra muitas ficam distante neste turbilhão do fazer.

Para muitas neste momento o simples fato de sair da cama, alimentar os filhos, cuidar de si mesma, pode ser uma conquista de muito esforço.

Nós mulheres dificilmente paramos e fazemos um balanço do que conseguimos alcançar. Quase sempre só seguimos em frente.

Portanto, deve-se celebrar a cada diaconquistado, saber dar o próprio valor.

Celebre o simples fato de estar viva neste momento da Humanidade

Celebre os seu ponto forte, a sua coragem e também a sua vulnerabilidade.

Celebre a conexão de ser um Ser espiritual vivenciando a sua experiência de Mulher em conjunto com a Mãe Terra nesta esfera terrestre.

Passe o dia de hoje cantando, orando, conversando, ou simplesmente dialogando com você e percebendo quem você é.

Dance, cante, nutra seu Ego com a mais forte das energias que promove a perfeição.

“Não importa se você tem consciência de ser: “feia”, “linda”, “gorda”, “magra”, “louca”, “amável”, “nervosa”, “neurótica”, simplesmente não importa”

Aceite quem você é, e como é.

Nenhuma mulher é igual à outra, seja ela negra, branca, amarela,vermelha ou parda.

Tu és uma Mulher. Um ser especial e divino.

Se nutra disto, levante tua estima e olhe para quem é você Mulher agora.

E repito Celebre.

Resgate sua deusa interior. Aquela força latente que toda mulher tem de forma única e especial.

Conecte-se com ela.

Veja como é fácil e especial.

Vá agora numa loja de flores, compre 7 rosas vermelhas e uma champanhe vermelha também.

Se por acaso você tiver um óleo essencial de rosas rubras, perfeito fechou.

Se não tiver, escolha aquele perfume especial que você tem ai para ocasiões especiais.

Selecionou tudo?
Ok.Então vamos lá.

Agora pegue 4 rosas e tire as pétalas, abre ochampanhe, tire uma taça do champanhe para você beber.

E o restante na própria garrafa, despeje as pétalas de rosas vermelhas dentro do champanhe,esfregando levemente as pétalas na palma da sua mão. Tampe a garrafa com a própria tampa.

Em seguida: Ferva um copo de água, e despeje a água quente num pote com tampa (um pote que não irá usar mais para uso doméstico), e vá colocando a champanhe dentro do pote e tampe-o e leve ao banheiro.

Enquanto faz esse procedimento, Tome o seu champanhe calmamente, focado na energia da mulher poderosa que há em você.

Tome seu banho normal. E agora, abra o pote e borrife seu melhor perfume, ou 10 gotinhas de óleo essencial de rosa.

Tampe, chacoalhe novamente. Abra, saia do chuveiro e lentamente, jogue do seu pescoço para baixo e sinta essa força poderosa tomar conta de você.

Coloque uma roupa linda, lembre-se você está celebrando o fato de Ser Mulher.

Vá à cozinha, agora poderosa e de corpo limpo. Lave as pétalas das outras 3 rosas com muito carinho.

Coloque 300 ml de água para aquecer. Novamente com calma esfregue em suas mãosas pétalas e coloque nesta água. Abafe por alguns minutos.

Sente num cantinho agora, ouvindo uma música muito gostosa. Aquela música que sempre é uma benção quando você ouve.

E tome seu chá de pétalas de rosa com calma. Lavando a sua alma e substituindo todo e qualquer resquício do negativo, do medo, ou qualquer outro sentimento, por amorosidade por você, se nutra na força das pétalas da rosa vermelha,

Que antes de representar a flor do amor. Ela representa equilíbrio das emoções e conexão com as memorias de sua fonte de Ser Divina.

Saiba que esta celebração deve ser feita sempre que sentir necessidade de se empoderar. Sempre que fizer algo que para você é muito importante e merece ser comemorado.

Não fique só no hoje.

Lembre-se você é a Mulher especial de todo dia.

Você sustenta e alimenta o universo, com sua capacidade de Ser Mulher.

Tome essa energia para Si e abrace o Seu sagrado feminino.

A sua Shakti = poder, força e equilíbrio.

Feliz Dia internacional da mulher.

Celi Coutinho - Terapeuta Holística - CRT 21270,

é autora de vários livros e atua com Terapia Ayurvédica, Numerologia, Yôga dos Números e Terapia Tântrica.

www.celicoutinho.com.br

Guerreira
Arte: Henrique Vieira Filho

A GUERREIRA "TÁ" *ON*, MAS, "TÁ" CANSADA

"Somos irmãs de jornada, cantando todas como uma só.
Lembrando os antigos caminhos, as mulheres e sua sabedoria,
Somos irmãs de jornada, cantando à luz do Sol,
Cantando na noite escura, a cura começou, a cura começou."

Canção tradicional dos círculos de mulheres norte-americanas.

Feliz Dia Internacional da Mulher, a todas as mulheres que seguem nesta jornada doida e linda de SER!

Refleti muito sobre esta data em tempos de pandemia, como estamos sobrecarregadas, mais que o normal, como tivemos tanto contato com as nossas sombras e enfrentamos "monstros" nossos e dos demais. Pois é, foi e está sendo um ano desafiador para todas nós.

Ouvimos e sentimos muito nosso chamado para a nossa Guerreira tomar a frente e sermos mil e uma para todas as demandas impostas; eu pelo menos senti cobranças desnecessárias e fui aos poucos tomando consciência de que a minha guerreira tá on, mas tá cansada; e com toda certeza vocês já passaram por isso, também.

Mas, afinal, o que é este arquétipo da Guerreira e como posso de fato utilizá-la no meu dia a dia e como posso reconhecer que ela precisa de um descanso?

Os Arquétipos repousam no inconsciente coletivo, são as experiências vividas por toda história da humanidade, que se repete em diversos aspectos, as imutáveis e fixas.

Quando os vivenciamos, temos a oportunidade de refletirmos e aprendermos com esses aspectos, levando em consideração as suas próprias impressões sobre como rege nessa frequência.

O arquétipo da Guerreira, selvagem, a independência feminina, representa o equilíbrio das nossas energias (animus e anima).

Com este equilíbrio das energias, tornam-se grandes líderes e condutoras do caminho do Sagrado, são respeitosas com as pessoas e suas visões do mundo e tratam a todos com muita dignidade. Organizadas e com um senso de justiça muito apurado, tornam-se determinadas e sempre em busca de enfrentar o que consideram injusto. São destemidos e confiantes no que acreditam como correto.

Raramente buscam a admiração masculina, afinal o seu lado masculino está bem ativo e fomentando o que se faz necessário. Nas relações com os homens está sempre numa competição, seja na vida social ou na sexual. A competição é em busca deste equilíbrio, pois não quer subjugada.

Fortemente ligada à fertilidade/fecundidade, o poder pleno de criação e execução, acho que esta é uma faceta muito linda da guerreira, pois ela tem o poder de criar e executar ou seja “pau pra toda obra” isso pode ser muito importante quando se trata de resolver questões de trabalho ou até mesmo da família.

Ama os animais e busca sempre estar em contato com o mais simples. Buscando sempre uma aventura e de estar em contato com a natureza. Ao ar livre ela se sente recarregando as baterias para sua jornada.

Na era moderna, tornou-se uma guerreira tecnológica, conquistando seu espaço no local de trabalho, sendo independente e quase sempre conquistando com muita força uma boa posição de trabalho ou construindo uma empresa bem sucedida.

As dificuldades que esse arquétipo enfrenta são: ausência de contato direto com a natureza, as aventuras e contato com os animais silvestres, com os quais ela sente uma conexão muito forte e íntima.

Quando em equilíbrio, é confiante, independente e uma força difícil de barrar.

Já em desequilíbrio, torna-se amarga, solitária e individualista, prejudicando suas relações com as demais pessoas, pois não consegue comunicar-se sem tornar-se agressiva.

Sendo assim, podemos, entendemos que de forma sutil nossos comportamentos e atributos de personalidade são representados em diversos arquétipos, que acabam sendo “ativados” para acessarmos as forças necessárias.

Quando as mulheres tomam consciência das forças que a influenciam, elas acessam o conhecimento poderosos que remodelam seu comportamento e ajudam a tornar clara as suas emoções.

Penso que acessamos este arquétipo quando almejamos ser melhores Heroínas da nossa jornada. Com isso em mente, realizaremos melhores escolhas, ou seja, com consciência na força e potência que eles representam.

Temos forças que atuam em nosso íntimo que podem ser ativadas quando estamos em alguma situação ou até mesmo por atitudes de outrem, por isso é importante adentrar no seu íntimo e trazer à tona o que se faz necessário, para saber lidar com as mais diversas situações.

As mulheres passam por diversas fases na vida, podendo, então, acessar cada arquétipo ou diversos e recebendo essas influências.

Refletindo sobre a sua peregrinação de vida, poderá reconhecer diversos deles, e quanto eles foram importantes para trazer clareza e força para cada passo que deu.

Querida amiga de jornada, te faço o convite de abraçar a sua Guerreira, oferecer um chá, uma massagem, um escalda-pés, uma pausa e ouvir o chamado dela para silenciar um pouco, pois mesmo que tenhamos que vencer os obstáculos, os compromissos profissionais e esta obrigação exagerada de ser mil em uma, ainda precisamos nutrir nossa guerreira com calma e foco.

Reposicione-se perante a sua vida, abra espaço para os questionamentos e revisão de alianças, convide sua sombra para conversar e libere a sua consciência para desenvolver-se e iluminar a sua jornada. Ao fazermos isso, estaremos indo de encontro com nossa plenitude.

Entender a simbologia e os arquétipos, nos auxilia a compor um padrão, para as características parecidas, nas pessoas que estaremos auxiliando. Pois, ao estudarmos cada aspecto de um símbolo/mito/conto, estaremos analisando um fragmento finito das possibilidades, que esse ainda pode apresentar, pois sempre podemos ter uma nova visão de algo e, também, modificando e criando novas opiniões.

Seja Heroína da sua andança, chame sua Guerreira para suportar os obstáculos e dê abrigo quando for necessário recuar ou simplesmente retomar o foco.

Estamos juntas, sempre!

FABIANA DE MATOS VIEIRA
Terapeuta Holística - CRT 48739

www.fabianamvieira.com.br
Trabalha com as seguintes Técnicas:

REIKI E PSICOTERAPIA HOLÍSTICA

QUALIDADE DE VIDA
E INDICADOR PROFISSIONAL

O público em geral, para encontrar Terapeutas compromissãdos com a excelência técnica e ética e, os Profissionais para se aperfeiçoarem em Cursos e Supervisões, todos podem contar com o Indicador Profissional do CRT - Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística

https://www.crt.org.br/conheca-o-crt/indicador.html

A qualidade de vida e equilíbrio mental estão interligadas.

Para ter mente sã, é fundamental um ambiente que ofereça qualidade de vida, respeitando e protegendo seus direitos básicos civis, políticos, socioeconômicos e culturais.

Nos dias de hoje muitos encontram dificuldade de equilibrar e gerenciar suas suas emoções, em meio às surpresas e exigências da vida.

Diariamente vivenciamos emoções como alegria, amor, satisfação, tristeza, raiva e frustração.

A dificuldade está em compreender que todos esses sentimentos, fazem parte do nosso cotidiano.

O importante é saber respeitar seus próprios limites e o limite do outro, harmonizando seus desejos, capacidades e frustrações.

E como controlar esse turbilhão de emoções?

Algumas decisões fogem de nossas atribuições.

Permita-se buscar ajuda quando tem dificuldade de lidar com conflitos, perturbações e transições que ocorrem nos ciclos da vida.

Procure um profissional habilitado para lhe auxiliar, no seu bem estar.

A Terapia Holística visa a qualidade de vida como a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida.

No conceito HOLÍSTICO, todos somos afetado de maneira complexa pela saúde física da pessoa, mental, abrangendo crenças pessoais, relações sociais e seu relacionamento com características importantes de seu ambiente.

Existe cerca de 150 mil brasileiros que trabalham com Terapia Holística, em suas mais variadas técnicas, tais como Acupuntura, Terapia Floral, Psicanálise, Terapia Corporal, Ayurvédica, Reiki, Hipnose, Transpessoal, enfim, um grande e vasto leque de recursos em prol da sua Qualidade de Vida.

Para ter certeza de que estará em boas mãos, recomendamos veementemente que prestigie somente Profissionais e cursos valorados com *CRT - Carteira de Terapeuta Holístico Credenciado.*

https://www.crt.org.br/conheca-o-crt/indicador.html

Livroteca

A Livraria da Terapia Holística

Vídeos CDs

Livros Exclusivos

Lançamentos

www.livroteca.com.br

contato@livroteca.com.br

Whatsapp:
11 - 98294-6468

pagseguro 12x VISA 12x 12x 12x 12x 18x